

A PRÁTICA DO CONTATO IMPROVISACÃO NO TRABALHO DA ATUAÇÃO NO TEATRO:

Alguns indícios a partir de um projeto de extensão universitária

THE PRACTICE OF CONTACT IMPROVISATION IN THE WORK OF STAGE ACTING:

Some indications from a university outreach activity

Yuri Nicholas Sima Feltrin

yurisimafeltrin@gmail.com

Universidade Federal de Santa Maria - UFSM

Marcia Berselli

marcia.berselli@usm.br

Universidade Federal de Santa Maria - UFSM

Resumo:

A dança Contato Improvisação não se pretende como técnica de treinamento de atores, porém, identificamos através da prática da dança, possibilidades de utilização da mesma no processo de criação de espetáculos e exercícios cênicos. A partir de uma experiência desenvolvida em um projeto de extensão universitária, o artigo intenciona-se como uma conversa sobre as habilidades desenvolvidas através da prática da dança Contato Improvisação e as perspectivas para sua utilização no processo de criação cênico.

Palavras-chave: contato Improvisação, processo de criação, teatro.

Abstract:

The dance Contact Improvisation is not intended as a training technique for actors; however, we identify through the dance practice, possibilities of using it in the process of creating performances and stage exercises. From an experience developed in a university outreach activity, the article is intended as a conversation about the skills developed through the practice of dance Contact Improvisation and the perspectives for using it in the process of scenic creation.

Keywords: contact Improvisation, creation process, theater.

Contato Improvisação é uma forma de dança desenvolvida por Steve Paxton, junto a colaboradoras e colaboradores de forma coletiva, na década de setenta, nos Estados Unidos. Na perspectiva de que todos podem dançar, o Contato Improvisação (CI) tem em sua gênese a presença de questionamentos sobre diversos pressupostos da dança tradicional, tais como as hierarquias entre os corpos, os poderes sobre a dança, o questionamento da apreciação em dança e de locais específicos para a ação de dançar, de uma coreografia a ser seguida, e mesmo do esforço e da habilidade corporal necessários a quem desperta seu interesse pela ação de dançar (BERSELLI, 2014). Para tanto, o CI se desenvolve de forma aparentemente simples, a partir de um ponto de

contato físico compartilhado por duas ou mais pessoas. Ao propor uma estética aberta (ALBRIGHT, 2001), o CI proporciona o acesso a participantes com diferentes características físicas e organizações corporais. Buscando definir o Contato Improvisação, em um texto escrito na primeira década de existência da prática, Paxton informa sobre o CI:

É uma atividade relacionada a formas de dueto familiares como o abraço, luta profissional, artes marciais, abrangendo uma gama de movimentos da quietude ao altamente atlético. As exigências da forma ditam um modo de movimento o qual é relaxado, constantemente consciente e preparado, e em fluxo. Como um foco básico, os dançarinos permanecem em toque físico, mutuamente solidário e inovador, ponderando sobre as leis físicas relativas às suas massas: gravidade, momentum, inércia e fricção. Eles não se esforçam para chegar a resultados mas antes, para encontrar a realidade física em constante mudança com posicionamento e energia apropriados (PAXTON, 1997a, p. 37).^{1 2}

A circulação e prática do CI relacionam-se com as mais variadas abordagens corporais, bem como a outras técnicas de dança. Em um contexto comunitário evidenciado, por exemplo, no caso das *Jams*³, o espaço para a dança é bastante flexível em relação a regras pré-estabelecidas: pessoas podem deixar de dançar para assistir a outros dançando, alguém que está assistindo pode começar uma dança solo ou com outras pessoas, quem tem mais domínio da técnica pode dançar com um novato etc. O CI está, desde sua origem, sendo praticado e difundido em escala mundial, o que é facilitado pela técnica não estar restrita a uma escola ou à necessidade de certificação. Assim, há grupos de praticantes em diversos países, promovendo diálogos com as mais diversas áreas, sejam elas artísticas ou não.

Em diálogo com esse contexto comunitário da prática, o Projeto de extensão Em contato: oficinas de Contato Improvisação⁴, ofereceu para a comunidade de Santa Maria, interior do Rio Grande do Sul, oficinas desta forma de dança que, ainda marginal se comparada a outras técnicas

¹No original: "It is an activity related to familiar duet forms such as the embrace, wrestling, martial arts, and the jitterbug, encompassing the range of movement from stillness to highly athletic. The exigencies of the form dictate a mode of movement which is relaxed, constantly aware and prepared, and on-flowing. As a basic focus, the dancers remain in physical touch, mutually supportive and innovative, meditating upon the physical laws relating to their masses: gravity, momentum, inertia and friction. They do not strive to achieve results but rather, to meet the constantly changing physical reality with appropriate placement and energy."

² Todas as traduções apresentadas no presente artigo foram realizadas pela segunda autora.

³ Encontro em que praticantes se reúnem para dançar. O termo tem origem na expressão **Jazz After Midnight** (Jazz depois da meia-noite), utilizada por músicos de Jazz que se encontravam para tocar improvisando nas chamadas *Jam Sessions*. (BERSELLI, 2014).

⁴ Vinculado ao Programa de Extensão Práticas cênicas, escola e acessibilidade, contando com auxílio FIEX/CAL/UFSM - 2018. O projeto é parte das atividades do Grupo de Pesquisa Teatro Flexível: práticas cênicas e acessibilidade (CNPq/UFSM).

mais populares, encontra nichos dentro e fora dos ambientes universitários no Brasil. A oficina, realizada no ano de 2018, ocorreu em encontros semanais nas dependências da Universidade Federal de Santa Maria. O público das oficinas poderia ser compreendido em dois grandes grupos: as pessoas com vínculo profissional com as artes da cena - artistas formados e em formação - e pessoas sem tal vínculo. Em ambos os grupos, os participantes apresentavam objetivos diversos em relação à prática.

A proposta de flexibilização de hierarquias, evidente na perspectiva de que não é necessário um domínio de movimentos específicos para que se comece a dançar, convida que pessoas com as mais diferentes estruturas corporais e interesses se sintam aptas a dançar, a explorar movimentos da dança com respeito aos limites e possibilidades de cada um. Nesse sentido, é possível afirmar que cada pessoa que dança CI desenha e redesenha a sua própria dança a cada novo dançar a partir dos princípios básicos que norteiam a prática. Ainda, o CI se mostra efetivo para o desenvolvimento de competências técnicas relativas aos agentes criativos envolvidos em processos de criação cênica - atores/atrizes, bailarinos/bailarinas, *performers* etc.

Podemos destacar dois aspectos do CI no projeto citado: um olhar sobre o público que não tem relação profissional com o campo das artes da cena, e outro olhar sobre o público que tem relação, ou seja, artistas. Neste escrito iremos colocar nosso foco no segundo público, buscando destacar o desenvolvimento e ampliação da consciência corporal no trabalho dos atores e atrizes por meio do CI. Embora o CI não se pretenda como técnica de treinamento para a atuação, identificamos, através da prática da dança, possibilidades de utilização no processo de criação. Dessa forma, o artigo intenciona-se como uma conversa sobre as habilidades desenvolvidas através da prática da dança CI e as perspectivas para a utilização da dança em processos de criação cênica.

Contato Improvisação: assimilar a prática, desenvolver a sua própria dança

Contato Improvisação é uma dança que se baseia no compartilhamento de um ponto de contato entre dois ou mais corpos. Nela, o dançarino desenvolve o autoconhecimento, a relação do corpo com o espaço, com o corpo do outro e com as forças da natureza, ele aprende a se localizar através do tato e a desconstruir em si tabus sociais com relação ao contato físico. Na dança CI os dançarinos buscam construir um fluxo de movimento através dos pontos de contato entre os

corpos, e, para facilitar a busca por esse fluxo, é comum haver a prática de alguns exercícios técnicos, exercícios esses que facilitarão os movimentos na relação entre dois ou mais corpos.

A partir da observação da estrutura dos encontros proposta nas oficinas anteriormente citadas, reconhecemos que ao começarmos a praticar os exercícios técnicos buscamos apreender os princípios da dança através da relação entre os corpos. Compreender os exercícios técnicos começa pela observação dos movimentos no corpo do outro (ou entre os dois corpos), um reconhecimento dos apoios e impulsos necessários para a realização do movimento, para o entendimento da dinâmica da dança. Então, passamos para a experimentação, tentando realizar a estrutura de movimentos anteriormente observada. Nesse momento percebemos como funcionam os nossos próprios apoios, a força necessária para movermos nossos corpos, o *momentum* dos corpos e o equilíbrio. O movimento inicialmente pode parecer duro e desajeitado. Então tentamos organizar o corpo, repetir a forma como vimos no corpo do outro, mas quando fazemos isso, percebemos que já nos esquecemos de nos soltar, de compartilhar o peso com o chão ou com o outro. Sem problema, recomeçamos, para assim reaprender a soltar o corpo, a deixar-se apoiar no chão ou no corpo do colega. Aos poucos aprendemos a enrijecer apenas o necessário, a relaxar o corpo e a realizar o exercício de uma forma que aproveite ao máximo os apoios, as alavancas e os corpos a nossa volta, sem a preocupação com modelos de movimento a serem seguidos. Analisaremos a seguir o exercício dos rolinhos no chão, para exemplificarmos essas primeiras descobertas.

Ao analisar o rolinho, um dos exercícios técnicos mais básicos do CI, no qual o praticante deita-se no chão com os braços alongados acima da cabeça e rola com as pernas também alongadas, percebemos como poderíamos exercitar por infinitas horas algumas das principais habilidades técnicas da dança. Muito do que há de fundamental na dança pode ser identificado neste simples exercício: rolar no chão. Ao girarmos no chão, passamos a reconhecer nossos pontos de apoios, nossa estrutura e nossas alavancas, a nossa consciência corporal vai aos poucos sendo exercitada.

A partir da prática desse exercício, aprendemos a relaxar e deixar o corpo espalhar-se pelo chão; em um primeiro momento, ao pensarmos nisso, parece simples, parece fácil, pois não é. Não é fácil pois ao pensarmos em relaxar e deixar o corpo ceder pensamos em um corpo estático, pensamos em deixar o tempo passar e a gravidade exercer sua força sobre o corpo, ajudando-o a relaxar; porém, quando realizamos rolinhos, esse ceder é dinâmico, é saber ceder as partes certas

enquanto tensionamos outras, enquanto continuamos em movimento. O exercício se torna particularmente desafiador quando adicionamos a instrução de prestarmos a atenção nas mínimas partes do corpo em contato com o solo. Ao executarmos esta instrução, buscamos desenvolver uma maior consciência corporal, assim exercitamos a concentração, uma das habilidades mais importantes da dança.

Conseguir estar atento a todo o movimento é uma tarefa árdua, é comum durante a busca o dançarino imergir no reino sensorial. Sua atenção, que antes já estava dividida entre relaxar o corpo tocando o máximo possível no solo enquanto rola e tensionar apenas as musculaturas corretas para gerar alavancas que impulsionam seu giro, agora também deve lidar com esta constante atenção nos pontos de contato com o solo que, se analisarmos a instrução pela física, é utópica.

O que seria prestar atenção aos mínimos pontos que estão em contato? Quais seriam esses pontos em contato? O que é um ponto? Uma linha possui infinitos pontos, uma superfície possui infinitas linhas de infinitos pontos. Logo a instrução é impraticável, a instrução aqui é, na verdade, uma intenção. É a intenção de exercitar a múltipla atenção do praticante, de aprofundar a concentração, de se tornar consciente durante cada momento da prática. Paxton (1997b) identifica extrema importância na consciência plena, ele indica que é a partir da busca por ela que podemos expandir nossos entendimentos.

Por que a plena consciência é tão importante para mim? Porque pode-se sentir a consciência mudar de acordo com o que ela experimenta. Se um buraco na consciência surge num momento crítico, nós perdemos a oportunidade de aprender um momento. Um apagão que dura frações de segundos durante um rolamento não é aceitável como uma plena consciência do rolo, e o buraco vai ficar como que fazendo parte da sensação geral desse movimento. Se a consciência fica aberta durante esses momentos críticos, ela terá uma experiência e vai aumentar sua percepção para que nela possa entrar essa nova experiência. Essa imagem expandida torna-se um novo fundamento para o movimento (PAXTON, 1997b, p. 259).⁵

⁵ No original “Why is full consciousness so important to me? Because consciousness can be felt to change according to what it experiences. If a gap of consciousness occurs at a critical moment, we lose an opportunity to learn from the moment. A black-out lasting fractions of a second during a roll is not acceptable as full consciousness of the roll, and the gap will remain embedded in the movement as part of the over-all feeling of the movement. If consciousness stays open during these critical moments, it will have an experience of them, and will enlarge its concept to match the new experience. This expanded picture becomes the new ground of moving.”

A busca pela consciência plena se dá através da prática da dança CI no exercício da concentração. Através da expansão dos sentidos e do distanciamento que construímos sobre a prática, somos capazes de reconhecer e expandir nossa compreensão sobre a mesma, podemos construir nossa forma particular da dança. Quanto tratamos da concentração, há um indicativo de que podemos também pensar na dança pelo viés do trabalho do ator.

Contato Improvisação no processo de criação do artista da cena

O CI é uma prática que desenvolve a atenção e o estado de jogo do praticante através do jogo que se estabelece entre os corpos em contato. Diferente de outras técnicas que são desenvolvidas visando a concentração como resultado, o CI não pretende um objetivo específico além do exercício da dança, é um espaço de experimentação e de expansão da sensibilidade do artista, desenvolvendo sua concentração. Ao exercitarmos a dança CI em um contexto onde comungam as artes dança e teatro, é de nosso interesse entender quais são as competências desenvolvidas na dança que dão ao processo de criação uma qualidade diferenciada.

Entendemos que essa qualidade vem da expansão da sensibilização do ator através da dança, anterior à codificação. Steve Paxton, criador e responsável por nomear o Contato Improvisação, considera a expansão dos sentidos do dançarino como a mais importante habilidade desenvolvida pelo praticante (BERSELLI, 2014). Mas como ocorre a expansão dos sentidos através da dança Contato Improvisação?

O aprimoramento da consciência pode ser desenvolvido, a partir da dança CI, por meio da expansão dos sentidos que é construída quando dançamos. Ao explicar a importância do Contato Improvisação para o ator, Berselli (2014) ressalta o poder de adaptação, habilidade identificada por Stanislavski como uma das competências do ator, a qual pode ser desenvolvida através da prática da dança.

Para o estabelecimento do estado de jogo – que podemos chamar de estado criativo – umas das competências necessárias ao ator é a adaptação (STANISLAVSKI, 2013, p.265), os constantes ajustamentos no momento da cena, que são também um dos princípios da dança Contato Improvisação (BERSELLI, 2014, p.57).

Ao expandirmos nossos sentidos, nos sensibilizamos, colocando-nos mais disponíveis à relação com o que nos rodeia. A expansão dos sentidos, quando aliada à disponibilidade ao jogo

cênico aflorada através da prática do CI, provê ao artista uma espécie de “instinto cênico”. Uma sensibilidade expandida aliada a um tempo de resposta instantâneo (uma adaptação aos contextos) que é desenvolvido na prática do CI, os quais juntos, resultam em um processo criativo potente.

Nancy Stark Smith, bailarina e performer envolvida no desenvolvimento do CI, em 1985, escreve sobre como no CI aprendemos a jogar com o imprevisto, com a desorientação, e sobre como reconhecer no imprevisto o seu potencial, sobre a possibilidade de descobrir novos impulsos em lugares inesperados:

Para mim também, a improvisação é uma prática em desorientação – treinando os reflexos para ler confusão como um desafio e não uma ameaça; que um momento retirado de seus ancoradouros tem a vantagem de ser capaz de mover em qualquer direção, e ainda, que uma ausência temporária de pontos de referência pode abrir caminho para impulsos vindos de lugares inesperados (SMITH, 1997, p. 97).⁶

A dança CI ocorre como uma constante troca não premeditada, o artista desenvolve a expansão dos sentidos através da concentração na dinâmica da dança: a contínua transformação dos pontos de contato. A expansão dos sentidos é exercitada pois ao se colocar aberto à desorientação, o dançarino se coloca disponível ao imprevisível. Lidar instantaneamente e instintivamente com o imprevisível é o que exercita no dançarino um estado de concentração aprimorado, mais atento e responsivo. Nesse estado, as distâncias entre a escolha do movimento e a concretização dele no espaço diminuem. Os sentidos se expandem nessa resposta rápida, conquistada a partir da prática contínua, quando o corpo encontra o seu modo de operar no CI - aquele de seguir o impulso do movimento, aproveitando *momentum*, gravidade e o corpo do *partner*.

Steve Paxton, ao refletir sobre a prática do Contato Improvisação, entende que nesta forma de dança todos os sentidos devem tornar-se elásticos numa disposição do ator/bailarino a suportar quaisquer modificações de direção, velocidade e desestabilização do movimento. Como na prática essas mudanças ocorrem de maneira muito rápida, o participante é levado a desenvolver uma habilidade de reação corporal que o permite acompanhar o fluxo de movimentos, com uma percepção apurada da relação entre movimento-espaco-tempo (BERSELLI, 2014, p. 62).

⁶ No original: “For me too, improvisation is a practice in disorientation - training the reflexes to read confusion as a challenge not a threat; that a momento cut loose from its moorings has the advantage of being able to move in any direction, and further, that a temporary absence of reference points can clear the way for impulses from unexpected quarters.”

Para aproveitarmos os imprevistos precisamos estar preparados, precisamos nos colocar atentos e concentrados no jogo. É comum em práticas cênicas a presença de jogos de preparação do ator que envolvem algum contexto dramático - muitas vezes de causa-consequência - que levam o ator à reflexão prévia, deixando de lado aquilo que é inerente à improvisação, os impulsos e as reações. Através da dança CI é possível exercitar a capacidade de adaptação, a resposta imediata (ação-reação), competências essas relacionadas à expansão dos sentidos e importantes ao artista no processo de criação. Ao buscar por práticas que alimentem esse estado de concentração consciente, percebemos no CI o potencial para colocar o artista em um estado favorável para o exercício cênico.

No CI a atenção é desenvolvida em relação a si, ao outro e ao espaço. Em alguns momentos, durante a prática do CI, conseguimos perceber composições, poses e sequências de movimentos em que um fluxo de ações e reações se faz presente. Em alguns desses momentos o fluxo se soma a uma imagem plástica. Desenvolvendo continuamente essas habilidades através da dança o artista pode se exercitar como um compositor da cena, apto a reagir a diversos estímulos em prol da criação cênica.

Referências

ALBRIGHT, Ann Cooper. À corps ouverts. Changement et échange d'identités dans la Capoeira et le contact improvisation. **Protée**, Volume 29, número 2, p. 39-49, 2001. Disponível em <http://id.erudit.org/iderudit/030624ar>. Acesso em 27/12/2018.

BERSELLI, Marcia. **Processo de criação do ator: a busca pela organicidade a partir do contato**. 2014. 207 f. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Instituto de Artes, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

PAXTON, Steve. A definition. [1978/79] **Contact Improvisation Source Book: collected writings and graphics from Contact Quarterly dance journal 1975-1992**. Massachusetts: Contact Editions, p. 37, 1997a.

PAXTON, Steve. [1993]. Drafting interior techniques. **Contact Improvisation Source Book: collected writings and graphics from Contact Quarterly dance journal 1975-1992**. Massachusetts: Contact Editions, p. 255-260, 1997b.

SMITH, Nancy S. [1985]. Still in the middle. **Contact Improvisation Source Book: collected writings and graphics from Contact Quarterly dance journal 1975-1992**. Massachusetts: Contact Editions, p. 97, 1997.

Artigo submetido em 03/02/2020, e aceito em 14/12/2020.